

Čičkovo ulje - blagotvorno ulje za njegu kose



Čičak je poznat po svome blagotvornom djelovanju na **zdravlje kose** i **vlasišta** te se nalazi u mnogim preparatima za poticanje rasta kose. Osim što **sprječava ispadanje**, čičak njeguje kosu po cijeloj dužini te sprječava **pucanje vrhova**. Uz dobrobiti za kosu, čičkovo ulje posjeduje ljekovito djelovanje i na **kožu** te joj pruža hidrataciju.

Čičkovo ulje proizvodi se od **korijena** čička koji dokazano pomaže kod opadanja i **stanjivanja kose**. Ova iznimno ljekovita biljka sadrži sve **aminokiseline** koje su potrebne za izgradnju proteina koji sačinjavaju kosu. Također, čičak je **bogat kalcijem, željezom, flavonoidima, inulinom, kalijem i esencijalnim masnim kiselinama**.

Čičak je poznat i u drevnoj medicini gdje se koristio za **vraćanje ravnoteže vlasištu**, ublažavanje iritacija te za poticanje zdravlja kose. Uz svoje blagotvorno djelovanje na vlasište, koristio se za **pročišćavanje krvi** i **detoksikaciju** čitavog organizma. Danas je sve poznatiji po svome izuzetnom djelovanju na zdravlje kose te se njegovo ulje i ekstrakt koriste u mnogim **šamponima** i uljima za kosu.

Dobrobiti čičkovog ulja za kosu

- Potiče rast kose.
- Smiruje svrbež/iritacije vlasišta.
- Smanjuje opadanje kose.
- Njeguje kosu i pruža joj sjaj.
- Sprječava ispucale vrhove.
- Jača korijen kose.
- Njeguje suho vlasište.



Spriječite ispucale vrhove

Ovo ulje možete koristiti kao **tretman za vrhove** i dodatnu njegu suhe kose nakon pranja. **Par kapi** ulja protrljajte među dlanovima i nanesite na suhe vrhove kose, pripazite da ne pretjerate jer će kosa izgledati masno s previše ulja. Već nakon nekoliko nanošenja, primijetit ćete da kosa ima **više sjaja** te izgleda zdravije.

Tretman za problematično vlasište

Za **tretman vlasišta** potrebno vam je lagano **zagrijano** ulje koje ćete nanijeti na vlasište. Toplo ulje je potrebno nekoliko minuta **masirati** kako biste pokrili cijelo tjeme. Kada ste zadovoljni lagano pročešljajte kosu, a možete nanijeti ulje i na ostatak kose da bi ju dodatno nahranilo i vratilo sjaj. Ovaj tretman smiruje vlasište i **smanjuje**

iritacije, a odlično će djelovati ako vodite borbu sa **suhom peruti**.

Tretman za rast i sprječavanje opadanja kose

Za poticanje rasta kose potrebna je duža masaža vlasišta sa zagrijanim uljem, a preporučljivo je okrenuti glavu naopačke kako biste dodatno potaknuli **cirkulaciju**. Masirajte vlasište (pogotovo dijelove gdje se kosa stanjila) **10-15 minuta**, zatim ulje nanesite na ostatak kose i ostavite da djeluje **tijekom noći**. Ujutro operite kosu, poželjno šamponom koji sadrži ekstrakt čička ili drugo bilje koje potiče rast kose za **pojačano djelovanje**.

Čičkovo ulje odlično **hrani folikule kose**, koje su zapravo najbitnije ako želite potaknuti mladu kosu na rast. Za pojačano djelovanje čičkovog ulja, nakon pranja isperite kosu jakim čajem od **koprive** nekoliko puta i normalno osušite kosu.

Čičkovo ulje možete **kupiti** u gotovo svim drogerijama, biljnim ljekarnama i specijaliziranim prodavaonicama zdrave hrane, s time da preporučujemo kupovanje **hladno prešanog ulja**. Mnoga ulja za kosu od čička sadrže vrlo malo pravog ulja i mnogo drugih sastojaka poput [parafinskog ulja](#) koje ne posjeduje hranjiva niti ljekovita svojstva.